- مرضى الغسيل الكلوي الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم .

عادة يعاني مرضى الفشل الكلوي من ارتفاع الضغط الدموي وذلك بسبب زيادة الصوديوم والمخلفات المتراكمة من العملية الأيضية.

ويجب أن يتم التحقق من ضغط دم للحفاظ على المستوى الطبيعي ، وبالتالي يساعد في الحد من أمراض القلب لدى مرضى الغسيل الكلوي

التوصيات لخفض مستوى ضغط الدم

- شرب كمية أقل من السوائل.
- تناول كمية أقل من الملح أو إيقاف الملح نهائياً .
- ضبط مدة و عدد مرات غسيل الكلى.
- إجراء أكثر من ثلاث جلسات غسيل كلى كل أسبوع .

المستوى الطبيعي لضغط الدم 80 / 120 وإذا كان مريض غسيل الكلى يعاني من ارتفاع ضغط الدم فسوف يحتاج إلى بعض التغيرات في النظام الغذائي:-

1. الحد من الصوديوم للمساعدة على خفض ضغط الدم

يتواجد الصوديوم في العديد من الأطعمة المصنعة ؛ لذلك يجب التأكد من قراءة ملصقات التغذية بعناية، في محاولة للحد من تناول الصوديوم وتجنب الطبخ بالملح .

2. الحد من الدهون للمساعدة في خفض ضغط الدم

تقليل كمية الدهون المتناولة قد تؤدي إلى خفض ضغط الدم ، وإنقاص الوزن ؛ مما يقلل من ارتفاع ضغط الدم الذي يؤدي إلى تصلب الشرايين . وهذا سبب آخر للتحكم في كمية ونوع الدهون التي يتناولها المريض والحد من الدهون المشبعة الموجودة في المنتجات الحيوانية مثل اللحوم والزبدة والجبن ومنتجات الألبان الكاملة الدسم واستخدام الدهون الأحادية غير المشبعة مثل زيت الكانولا وزيت الزيتون ، والدهون غير المشبعة بما في ذلك زيت عباد الشمس وزيت الصويا باعتدال .